



體育暑假學校2018

有效運用多元教學策略以
發展學生的共通能力

浸信會沙田圍呂明才小學
湯瑋靖老師

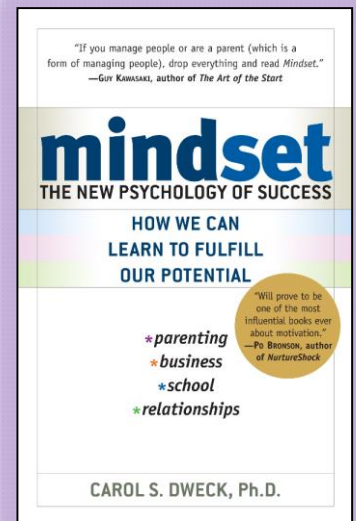
Fixed Mind Set VS Growth Mind Set

➤ Fixed Mindset

People believe their basic qualities, like their intelligence or talent, are simply fixed traits.

➤ Growth Mindset

People believe that their most basic abilities can be developed through dedication and hard work, brains and talent are just the starting point.



Growth Mindset

Fixed Mindset

intelligence is static

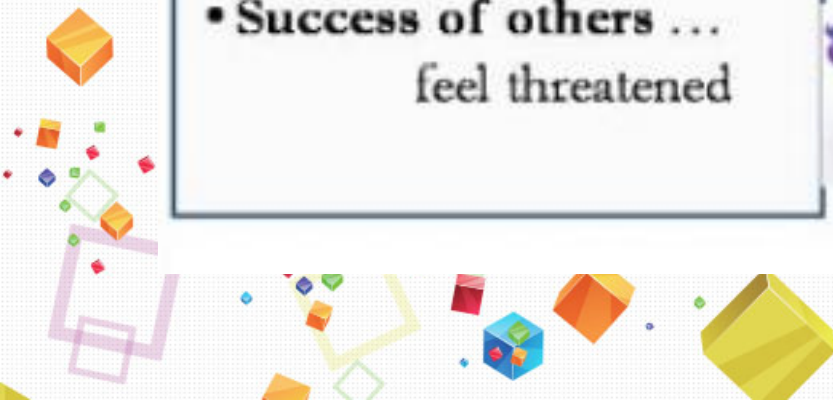
- **Challenges** ... avoid
- **Obstacles** ... give up
- **Effort** ... no point
- **Criticism** ... deflect
- **Success of others** ...
feel threatened



Growth Mindset

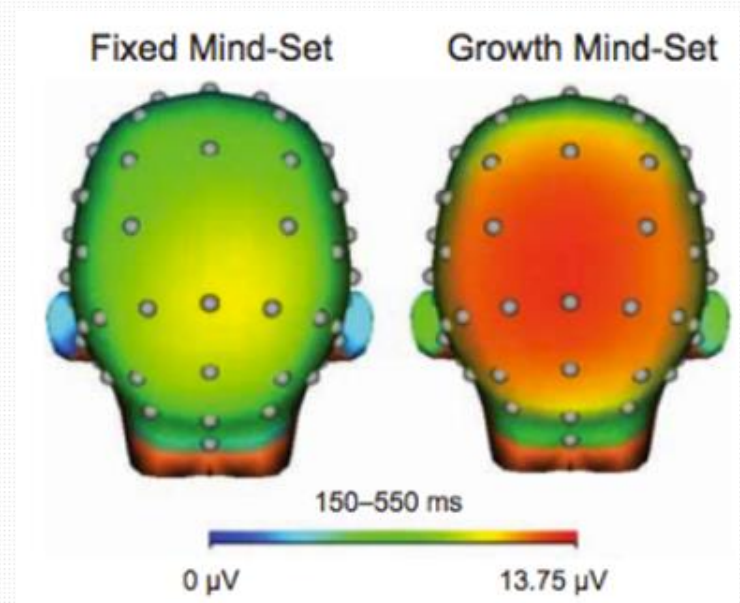
intelligence is developing

- **Challenges**... embraces
- **Obstacles** ... fortitude
- **Effort** ... work hard
- **Criticism** ... learns
- **Success of others** ...
celebrates

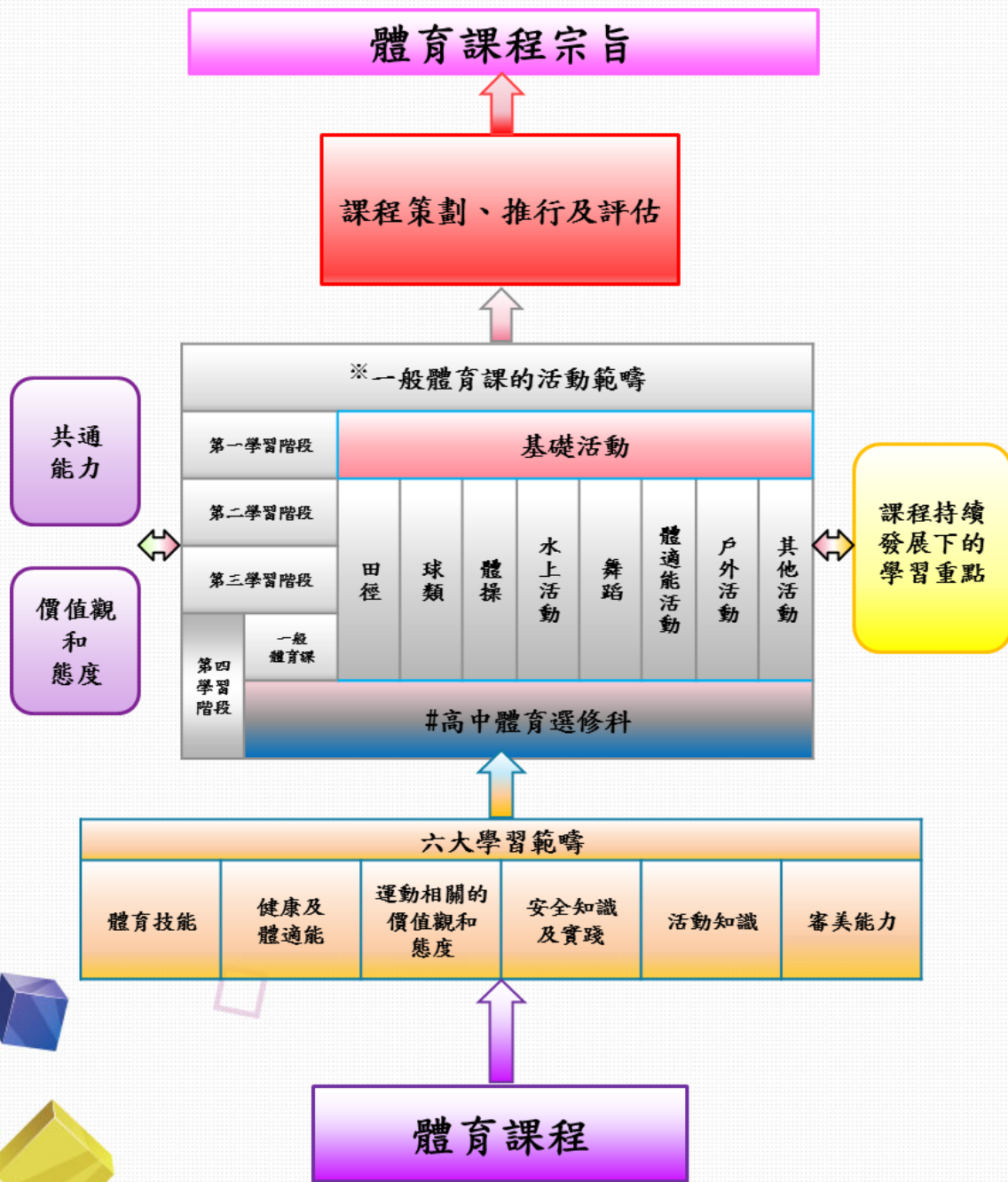


Growth Mindset

1. 善用優勢
2. 用心經營
3. 勿忘初心



體育課程架構



六大學習範疇

	第一學習階段 技能	第二學習階段 技能
體育技能	體育活動為中心、 學習 體育技能 作主線、 提升 體適能 為要務	
健康及體適能		
活動知識	必備	
運動相關的 價值觀和態度	必備	
安全知識及實踐	滾翻、兔跳、髀高處跳下.....	體操、游泳、棒球.....
審美能力	移動技能、平衡穩定技能、 動作組合、.....	舞蹈、體操.....



共通能力

基礎能力	思考能力	個人及社交能力
溝通能力	明辨性思考能力	自我管理能力
數學能力	創造力	自學能力
運用資訊科技能力	解決問題能力	協作能力



每個共通能力是獨立的嗎？

例子一：協作式解決問題能力

協作式解決問題能力是採用綜合應用方式的例子，讓學生透過有效分工、整合知識、經驗和觀點，同心協力去解決問題的能力。相對於獨自解決問題，協作式解決問題的優勢在於團隊成員能受惠於他人意念的啟發，提升創意和方案質素。在二十一世紀，善用通訊科技，與不同觀點和專長的人一起協作，解決問題，尤為重要。

協作 → 溝通 → 解決問題



每個共通能力是獨立的嗎？

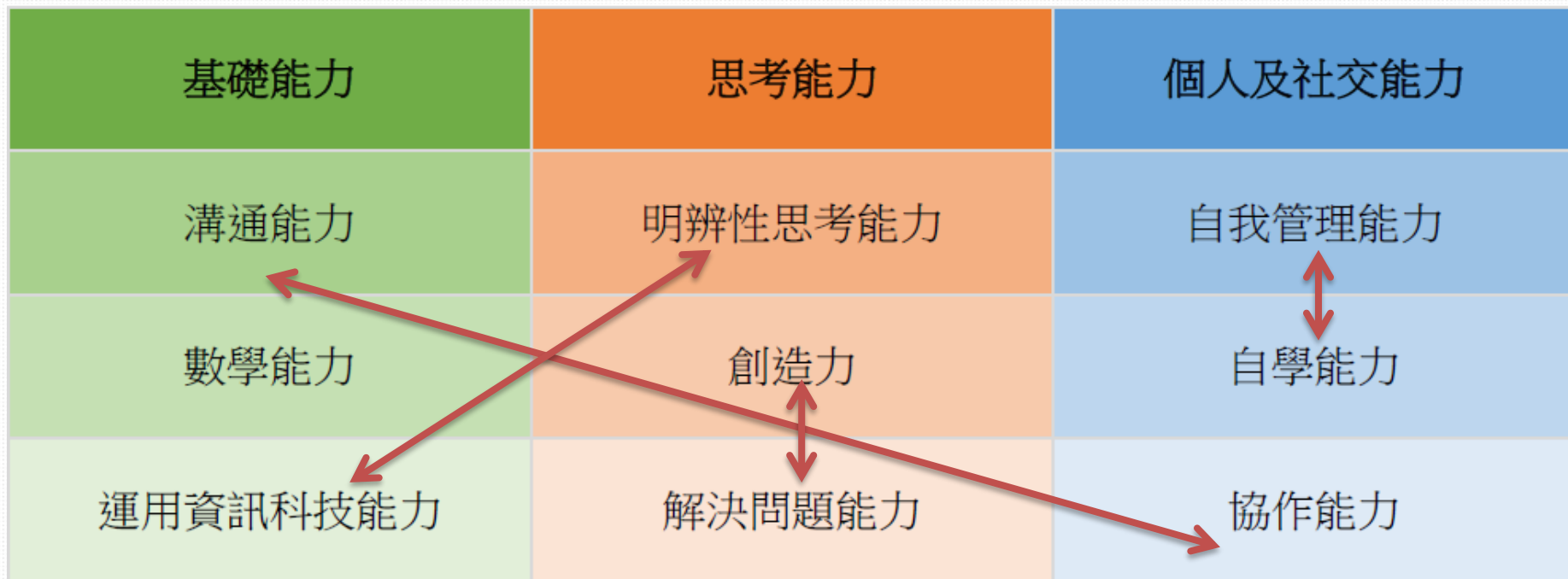
例子二：整體性思考能力

明辨性思考能力、創造力和解決問題能力一向被歸類為高階思維能力。這三種能力也可結合為整全性思考能力，從而處理複雜的問題。整全性思考能力幫助學生運用明辨性思考能力判斷資料的可信性；運用創造力開發更多的可能性；運用解決問題能力檢視每個方法的可行性。

明辨性思考 → 創造力 → 解決問題能力



相關共通能力



基礎活動

宜在以下學習階段教授

	1	2	3	4
移動技能				
• 步行、滑步、跑馬步、踏跳步、跑跳步	*			
• 跑步、快速跑步	*			
• 兔跳、單足跳、跨步	*			
• 立定跳高、立定跳遠	*			
平衡穩定技能				
• 扭體、伸展、屈曲	*			
• 閃避：變向、急停	*			
• 跳與著地、平衡、空中轉體	*			
• 直身滾、側滾翻、前滾翻、後滾翻	*			
• 單人動作造型、單人動作造型 (配合韻律)	*			
• 雙人動作造型	*			
操控用具技能				
• 拋、擲、接	*			
• 單手滾球、雙手接滾地來球	*			
• 單手拍球	*			
• 雙手傳接球	*			
• 踢空中球或足毽、踢定點球、腳運球	*			
• 單手持拍擊球	*			
• 雙手投球	*			
• 棒擊空中球	*			
• 滾球控停	*			
連串動作 (結合移動技能及平衡穩定技能)				
• 單人、單人 (配合用具)、單人 (配合韻律)	*			
• 單人律動、單人律動 (配合用具)、雙人律動	*			
遊戲				
• 追逐遊戲	*			
• 接力遊戲	*			
• 隔場區遊戲	*			
• 對抗遊戲	*			

田徑(跑項)、田徑(跳項)

舞蹈、體操

田徑(擲項)、籃球、足球、排球、手球、羽毛球、乒乓球

舞蹈、體操



了解主題特性：溝通能力

溝通能力是指人與人在交往（包括面對面或虛擬等不同情境）的過程中，透過文字或非文字去傳遞和接收信息，以達至既定目標或成果的能力。要有效溝通，學生應學習如何有效地聆聽、說話、閱讀和寫作，既要準確、有條理和得體地表達，亦需了解、尊重他人的觀點和期望，又能因應目標、情境和對象，採用適當的資料和表達方式，並評估成效，找出需改善之處，以達致最佳效果。

例子：

- ✓ 運用清楚和適當的溝通方法，包括文字及非文字，來表達意思及感受
- ✓ 與別人協作和商討，以發展意念和完成任務



了解主題特性：協作能力

在小組內解決難題、進行規劃及決策，均需要協作能力。協作能力包括溝通、欣賞、協商、妥協和勇於領導的能力。具備這些能力的學生，將能在團隊中積極參與，發揮所長。

例子：

1. 明白小組協作的性質

學生將學會

- 認同團隊合作的重要性，以及需要共同承擔責任
- 認同個人和團隊均需要為自己的行為承擔後果

2. 小組協作的理想取向

學生將學會

- 對於別人的意見，採取開放及樂於回應的態度，欣賞、鼓勵並支持他人所提出的意見和付出的努力
- 積極參與討論和提問，與別人交流意見，適當地堅持己見，闡釋論據，並反思不同的意見
- 提高對定型問題的敏感度；在未取得實證前，不妄下判斷
- 因應不同群體和處境，調整行事的方法或策略

了解主題特性：創造力

創造力會帶來改變或轉化，並會以嶄新的意念、行為或製成品呈現。創造力可自然地或經深思熟慮地透過擴散性和聚斂性思考而產生。它需要整合一般或特定範疇的知識，以達至某個具意義的目的。

有利促進創造力的要素：

要素	相應行動
環境氛圍	<ul style="list-style-type: none">營造有益的環境及氛圍（開放、鼓勵及接納的氣氛；資源充足、安全並具啟發性的環境）
學生特質	<ul style="list-style-type: none">認識和接納學生的不同特質和個性（強項、弱項、學習風格、學習需要、動機和準備程度）識別及發展學生的創意潛能
創作過程	<ul style="list-style-type: none">讓學生有選擇空間，探索個人興趣以有趣和具啟發性的課題，激發創意，滿足渴望讓學生經歷創作的不同階段（準備期、醞釀期、豁朗期和驗證期）欣賞學生嘗試提出嶄新意念，鼓勵他們精益求精
創作成果	<ul style="list-style-type: none">鼓勵具創意的行動和產出（意念、計劃、方法、解決方案、成果、理論）重視創作經驗，表揚學生的創意產出鼓勵學生游說別人（尤其是業界的專家）並接納其創意產品



了解主題特性：解決問題能力

解決問題是指運用各種技能去解決難題，過程包括探究問題、整合資料、提取意念、制訂最合適的行動方案，學生需要調整及評估解難策略，並總結經驗以建構知識。

例子：

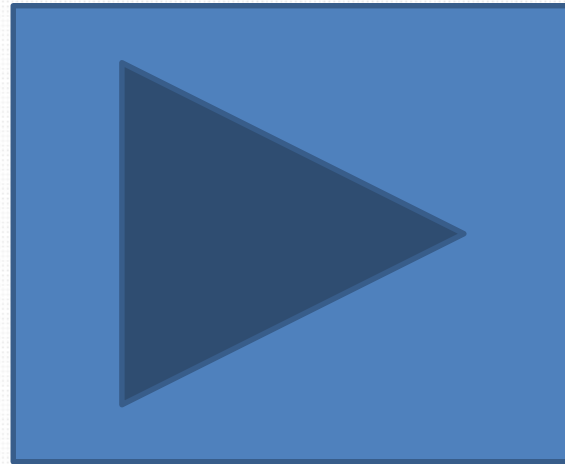
- ✓ 辨識問題，並描述其主要特點
- ✓ 按引導找出一個或以上處理問題的方法
- ✓ 藉著支援和參照建議，選用一個解決方案



針對性的共通能力：創造力、解決問題能力

例子：移動技能 / 連串動作組合 / 體操 / 舞蹈

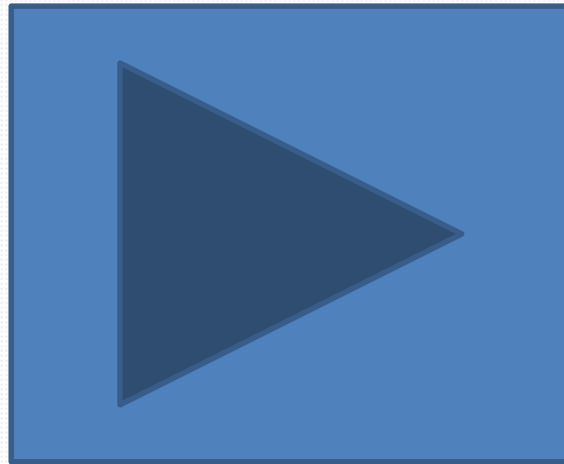
策略一：配合韻律、創作造型



針對性的共通能力：創造力、解決問題能力

例子：移動技能 / 連串動作組合 / 體操 / 舞蹈

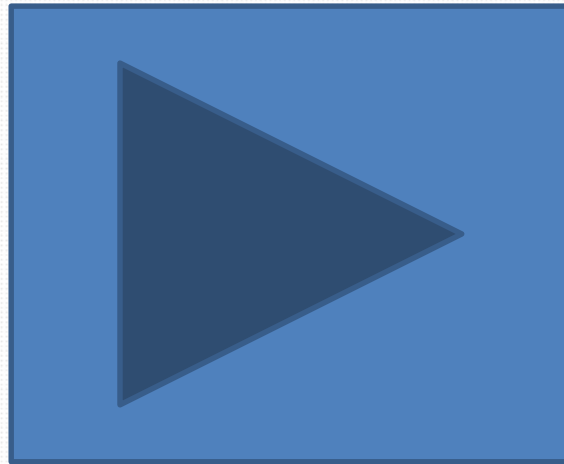
策略二：情境教學



針對性的共通能力：創造力、解決問題能力

例子：移動技能 / 連串動作組合 / 體操 / 舞蹈

策略三：自設路線



針對性的共通能力：創造力、解決問題能力

例子：踢空中球 / 足球

策略四：讓學生摸索動作技能 / **TGFU**



了解主題特性：自我管理能力

自我管理能力包括主要的生活技能及理想的個人素質，例如穩定情緒、衡量決策，以及克己自律。自我管理能力有助學生迎向個人或團隊面對的挑戰。

自我管理能力的元素：

自我價值

訂立目標，
檢測進度

作出決策

自信心、抗逆
力和適應力

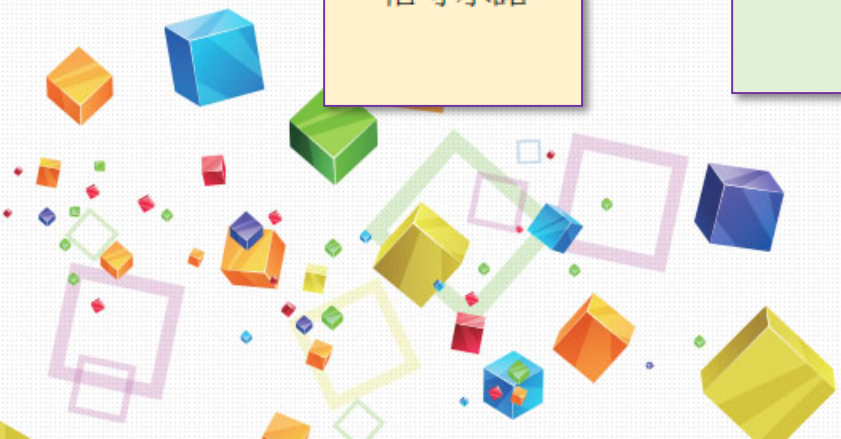
恰當地表達
情緒

恪守承諾

資源管理

反思自省

克己自律



了解主題特性：自學能力

自學能力是指學生自發自主地開展、規劃、實行、評估及調整學習活動的能力。有高階自學能力的學生可以為深層次的學習選定或設計有效的策略。自學能力有助提升學習表現及自我效能，亦是終身學習的核心。學生可以藉此獲取新的知識，適應瞬息萬變的世界。

例子：

- ✓ 在自己選定的探究範圍內主動學習
- ✓ 嘗試以不同形式表達所想及所學
- ✓ 善用回饋，反思各種學習策略的成效



針對性的共通能力：自我管理能力和自學能力

例子：體操高處跳下接空中轉體 / 跳高、跳遠

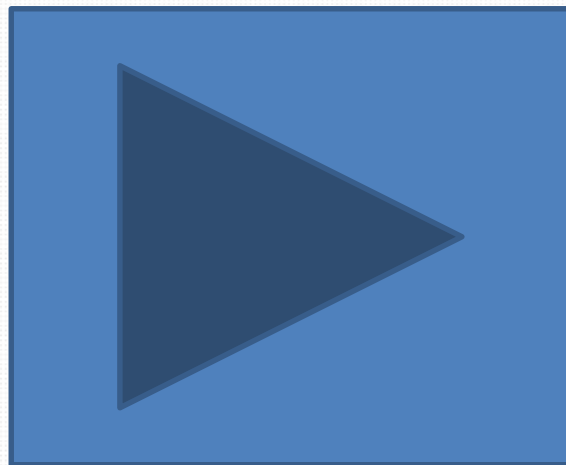
策略一：挑戰站 (升Level)



針對性的共通能力：自我管理、自學能力

例子：雙手投球 / 籃球

策略二：自訂目標



針對性的共通能力：自我管理、自學能力

例子：雙手投球/ 籃球

策略三：**Sport Education**



了解主題特性：明辨性思考能力

明辨性思考是指找出資料或主張中的含義，對資料或主張的準確性及可信性進行質疑與探究，從而建立自己的看法，審視自己和別人的論點。

例子：

- ✓ 選取、分類和組織資料
- ✓ 分辨事實與意見、資料與證據
- ✓ 根據充足的數據和證據，推斷出符合邏輯的結論，並推測後果



了解主題特性：運用資訊科技能力

運用資訊科技能力是指以審慎的態度使用資訊科技去搜尋、篩選、分析、管理和分享資訊。掌握資訊科技能力，將有利於協作學習、解決問題和自主學習。

例子：

- ✓ 在教師的協助下，使用電子資源支援學習
- ✓ 認識一些方法，按照特定搜索條件找出及獲取資訊
- ✓ 運用資訊科技工具處理資訊和製作個人用戶衍生內容



明辨性思考、運用資訊科技能力

例子：棒擊空中球 / 髙處跳下接空中轉體

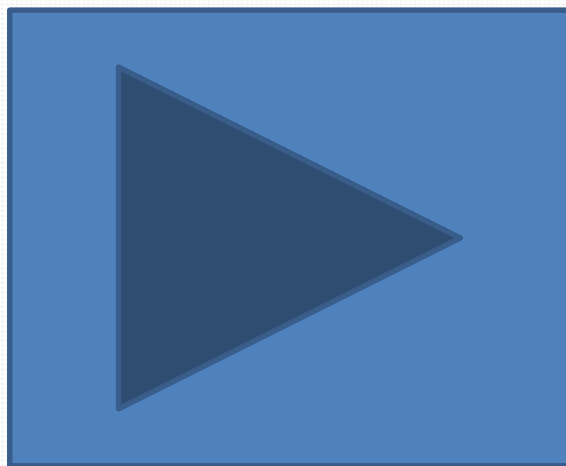
策略一：課前預習



明辨性思考、運用資訊科技能力

例子：棒擊空中球 / 髑高處跳下接空中轉體

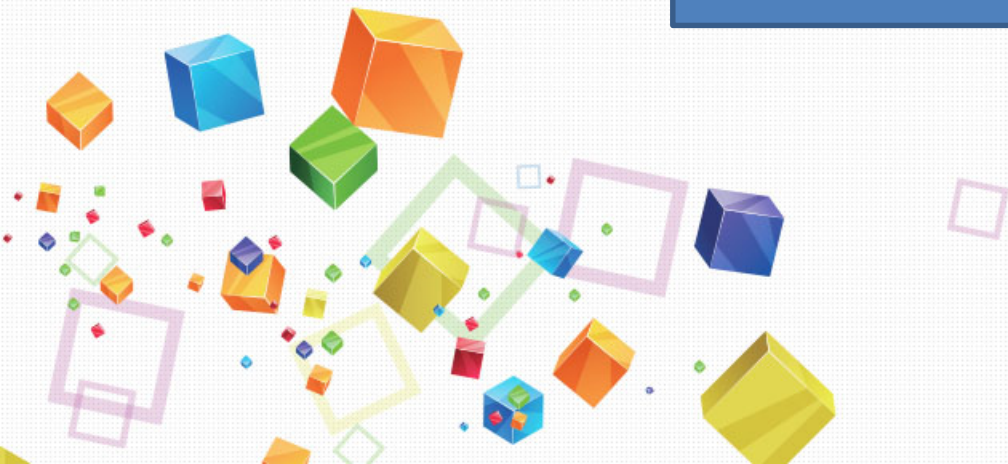
策略二：互評 / 電子互評



明辨性思考、運用資訊科技能力

例子：髑高處跳下接空中轉體

策略三：課後延伸



鳴謝 (排名不分先後)

基督教宣道會宣基小學

漢華中學(小學部)

聖公會嘉福榮真小學

福德學社小學

打鼓嶺嶺英公立學校

香港教育大學賽馬會小學

方樹福堂基金方樹泉小學





謝謝

湯瑋靖老師
浸信會沙田圍呂明才小學